

---

**БЕЛОВОЛ Е.В.,**

кандидат психологических наук,  
доцент, профессор кафедры  
психологии развития МПГУ

**БОЙКО З.В.,**

кандидат психологических наук,  
доцент, доцент кафедры  
управления сестринской  
деятельностью, РУДН

**ШУРУПОВА Е.Ю.,**

практический психолог, директор  
психолого-педагогического  
центра детей и подростков  
«Веселые шаги»,  
г. Москва, Россия

## О ВОЗМОЖНОСТИ ТРАНСФОРМАЦИИ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ<sup>1</sup>

*В работе показано, что обучение лиц «третьего возраста» приводит к изменениям не только в эмоциональной и когнитивной сферах пожилых обучающихся, но и повышает степень интеграции их ценностно-смысловой сферы. При этом уменьшается разрыв между «хочу» и «могу», следствием чего является повышения уровня самореализации и интеграции личности.*

**Ключевые слова:** ценностно-смысловая сфера, внутренний конфликт, внутренний вакуум, дезинтеграция мотивационной сферы, рассогласование.

*В роботі показано, що навчання осіб «третього віку» призводить до змін не лише в емоційній і когнітивній сферах літніх учнів, але і підвищує ступінь інтеграції їх ціннісно-смысловой сфери. При цьому зменшується розрив між «хочу» і «можу», наслідком чого є підвищення рівня самореалізації та інтеграції особистості.*

---

<sup>1</sup> Работа выполнена при финансовой поддержке РГНФ, проект № 14-06-00974

**Ключові слова:** ціннісно-смыслова сфера, внутрішній конфлікт, внутрішній вакуум, дезінтеграція мотиваційної сфери, неузгодженість.

*Education of the "third age" persons improves not only their emotional and cognitive functioning but results in value-meaning sphere integration as well. The gap between "wish" and "is able" decreases and person's level of self-realization and integration increases in the result.*

**Key words:** value-meaning sphere, inner conflict, inner vacuum, disintegration in motivational sphere, discrepancy.

Ціннісно-смыслова сфера личности представляет собой динамическую систему, формируется в процессе социализации и может трансформироваться в течение жизни. Ценности влияют на социальную активность, определяя поведение и поступки человека. На разных этапах социализации система ценностей регулирует реализацию потребностей личности, являясь важным фактором развития и личностного роста.

Понятие «смысла», являясь одним из центральных понятий в философии и психологии, напрямую связано с понятием «ценностей». Осмысленность жизни рассматривается как неотъемлемая часть и потребность гармонично развивающейся личности. Ценностно-смысловая сфера влияет на нашу социальную активность и восприятие окружающей действительности.

В. Франкл считал осмысленность существования одним из главных факторов благополучия и психического здоровья личности на разных этапах онтогенеза. Отсутствие смысла в жизни ведет к экзистенциальному вакууму, фрустрации и «ноогенным неврозам»,

в основе которых лежат «духовные проблемы и этические конфликты» [7]. Индивидуально-психологические особенности познавательных психических процессов (мышления, памяти, эмоций и воли) являются основой для формирования ценностно-смысловой сферы личности.

*Гипотеза.* Гипотезой нашего исследования выступило предположение о том, что обучение в пожилом возрасте оказывает влияние не только на когнитивные процессы обучающихся, но и на ценностно-смысловую сферу, снижая уровень рассогласования между **потребностью** в достижении внутренне значимых ценностей и **возможностью** такого достижения в реальности.

#### **Испытуемые**

В исследовании принимали участие 21 человек, из них 19 женщин в возрасте от 51 до 63 лет и 2 мужчин в возрасте 57 и 59 лет. Все респонденты являются слушателями программы профессиональной переподготовки по специальности «Практическая психология», рассчитанной на 2,5 года (5 семестров). Реализация программы началась в октябре 2014 года и будет продолжаться до декабря 2016 года.

Все испытуемые на момент начала программы не работали. Все они имеют базовое высшее образование (инженеры, экономисты, учителя), но психологического не было ни у кого (для программы это было ключевым моментом). Таким образом, обучение психологии является для них новой сферой знаний.

### Методы

В исследовании использовалась методика Е.Б. Фанталовой «Уровень соотношения ценности и доступности в различных жизненных сферах» [5]. В основе методики лежит представление автора о том, что понятие *ценности* неразрывно связано с понятием *доступности* и что степень расхождения между тем, **что есть** и тем, **что должно быть**, между **хочу** и **имею**, между **хочу** и **могу**, может являться показателем реализации возможностей личностью.

Для этого предлагается оценить нижеперечисленные ценности по двум разным шкалам. Сначала предлагается выбрать наиболее значимые ценности, а потом – те ценности, которые являются наиболее доступными и достижимыми. Стимульный материал предъявляется методом парных сравнений.

### Список ценностей

1. активная, деятельная жизнь;
2. здоровье (физическое и психическое);
3. интересная работа;
4. красота природы и искусства;
5. любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком);
6. материально-обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений);
7. наличие хороших и верных друзей;
8. уверенность в себе (свобода от внутренних противоречий, сомнений);
9. познание (возможность расширения своего образования, кругозора,

общей культуры, а также интеллектуальное развитие);

10. свобода как независимость в поступках и действиях;
11. счастливая семейная жизнь;
12. творчество (возможность творческой деятельности).

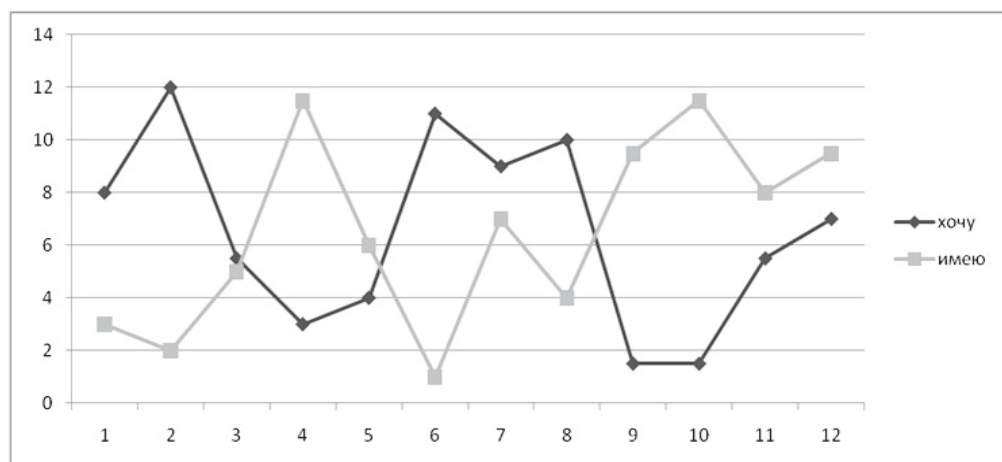
По результатам тестирования рассчитывается индекс расхождения -  $R$  - «ценность-доступность» («Ц-Д»), который может определяться как суммарный показатель расхождения по модулю по двенадцати ценностям методики. Автор предлагает дополнительно рассматривать эту разницу и как сумму таких показателей как «внутренний конфликт» (**ВК**), «внутренний вакуум» (**ВВ**) и «нейтральная зона» (**НЗ**). Таким образом, индекс может рассчитываться по нижеследующей формуле:

$$RC-D = \sum BK + \sum BB + \sum HZ$$

Чем больше этот показатель – тем в большей степени для испытуемого характерна дезинтеграция в ценностно-мотивационной сфере личности, которая является показателем степени неудовлетворенности текущей жизненной ситуацией, внутреннего дискомфорта и внутренней конфликтности. Одновременно индекс расхождения может рассматриваться как показатель уровня самореализации личности, ее внутренней идентичности и интегрированности. Индекс «Ценность – Доступность», таким образом, является показателем расхождения между желаемым и реальным.

В соответствии с авторской концепцией *внутренний конфликт* это состояние когда ценностный объект малодоступен или не доступен совсем, «желаемое» не совпадает с «реальным», значимые потребности и ценности находятся в состоянии блокады. При этом  $C - D \geq 4$ , когда  $(C > D)$ .

*Внутренний вакуум* это состояние



**Рис. 1. Соотношение «ценностей» и их доступности (начало обучения)**

когда доступный объект не представляет интереса, может сопровождаться ощущением ненужности, никчемности и внутренней пустоты. В этом случае  $D - Ц \geq 4$ , ( $Ц < D$ ).

Нейтральная зона соответствует бесконфликтному, спокойному состоянию личности, когда «желаемое» и реальное» полностью или частично совпадают и уравновешены во внутреннем мире субъекта. Состояние, когда значимые потребности в основном удовлетворены, а ценности реализованы. При этом НЗ:  $|Ц - D| < 4$ , когда  $Ц \approx D$ .

### Процедура

Всем респондентам методика для изучения уровня соотношения ценностей и их доступности предъявлялась дважды: первый раз осенью 2014 года перед началом реализации программы и второй раз в - январе 2016 года по завершении 3 семестра обучения (1,5 года с момента начала обучения). Полученные результаты исследования соотношения ценностей и их доступности для респондентов обрабатывались в соответствии со стандартной процедурой для каждого респондента отдельно,

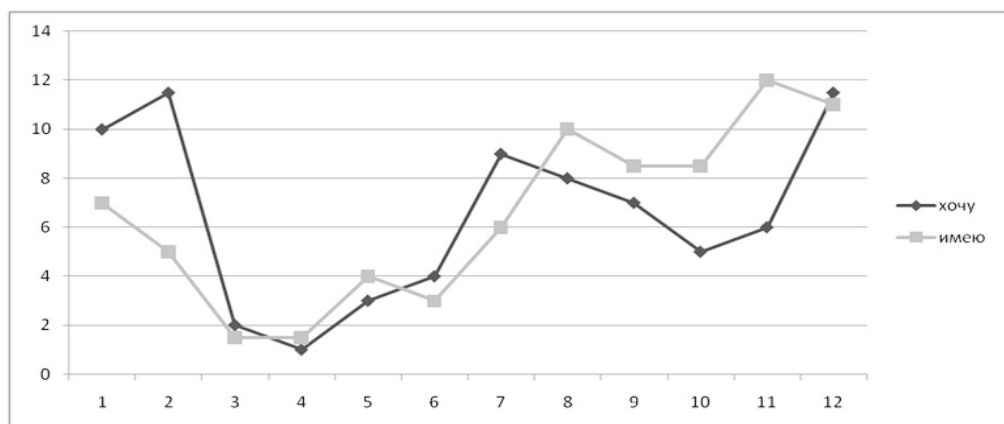
а затем усреднялись по медиане. На основании полученных обобщений рассчитывается индекс расхождения «Ценность – Доступность».

### Результаты

#### Первое исследование

На основании полученных обобщений был рассчитан индекс расхождения «Ценность – Доступность». В данном случае его значение, равное 67 свидетельствует об очень высокой степени дезинтеграции в ценностно-мотивационной сфере. Графически это представлено на рис.1.

На рис.: 1. активная, деятельная жизнь; 2. здоровье (физическое и психическое); 3. интересная работа; 4. красота природы и искусства; 5. любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком); 6. материально-обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений); 7. наличие хороших и верных друзей; 8. уверенность в себе (свобода от внутренних противоречий, сомнений); 9. познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, а также интеллектуальное развитие); 10. свобода как независимость в поступках и действиях;



**Рис. 3. Соотношение «ценностей» и их доступности (второй этап исследования)**

11. счастливая семейная жизнь; 12. творчество (возможность творческой деятельности).

Данные, представленные на рис. 1 свидетельствуют о высокой степени расхождения между теми ценностями, которые респонденты считают значимыми и важными и реально достижимыми по таким ценностям как активная жизнь, здоровье, красота, материальная обеспеченность, уверенность в себе, познание и независимость.

Для уточнения понимания, какие ценности являются малодоступными или не доступны совсем (внутренний конфликт), а какие ценности, хотя и доступны, но не представляют интереса (внутренний вакуум) были рассчитаны индексы расхождений Ц – Д, и соответствующие результаты представлены на рис.2.

На диаграмме двумя пунктирными линиями обозначена нейтральная зона. Эта зона соответствует бесконфликтному спокойному состоянию, когда «желаемое» и реальное» совпадают и уравновешены. Из рисунка следует, что только часть ценностей находится в этой зоне. Это «интересная работа», «любовь», «друзья», «счастли-

вая семейная жизнь» и «творчество». При этом выраженность этой зоны сравнительно невелика и составляет всего 14% от индекса расхождения.

Столбики диаграммы, выходящие «вверх» от нейтральной зоны соответствуют внутреннему конфликту и отражают те ценности, которые являются в высшей степени желаемыми, но не доступными. К таким ценностям относятся такие ценности как «активная жизнь», «здоровье», «материальная обеспеченность», «уверенность в себе». Выраженность этой зоны достаточно велика и составляет 46% от индекса расхождения. В целом недостижимость вышеуказанных ценностей является для данной группы респондентов вполне ожидаемой. Находясь на пенсии они, испытывают недостаток активной, деятельной жизни. Можно предположить, что именно стремление удовлетворить эту потребность и привело респондентов в образовательную программу. Социально-экономические условия, в которых живут российские пенсионеры делают ценности здоровья и материальной обеспеченности труднодостижимыми, и именно по этим ценностям наблю-

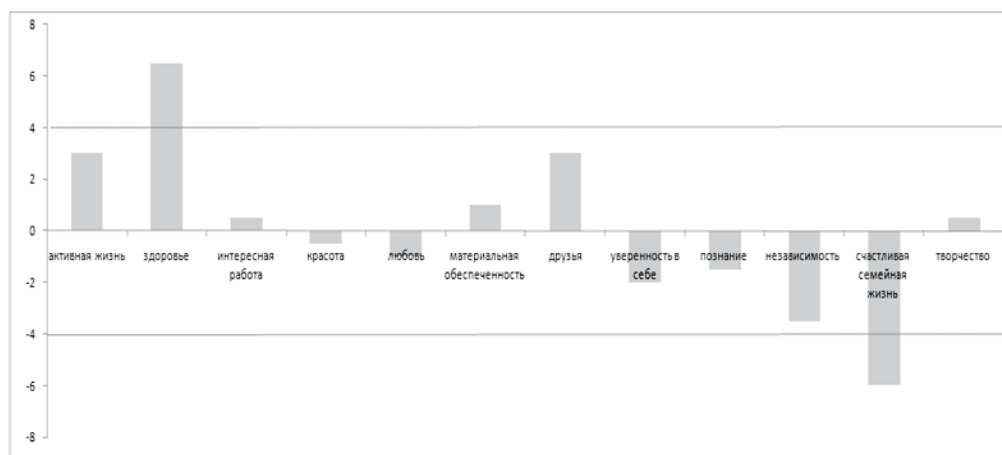


Рис.4. Диаграмма индексов расхождений (второй этап исследования)

дается наибольший внутренний конфликт. Индекс расхождения по этим ценностям является максимальным и составляет 10 баллов.

Что касается недостижимости ценности «уверенность в себе», то, как показали наши предыдущие исследования, для лиц третьего возраста характерна низкая степень уверенности в собственных когнитивных и социальных способностях [1,3,5]. Таким образом, появление данной ценности в зоне внутреннего конфликта является закономерным для неработающих пенсионеров.

Столбики диаграммы, спускающиеся «вниз» от нейтральной зоны соответствуют внутреннему вакууму и отражают те ценности, которые вполне доступны для респондентов, но не представляют для них интереса. К таким ценностям относятся «красота природы», «познание» и «независимость». На долю этих ценностей приходится 39% от индекса расхождения.

Таким образом, исследование ценностей и их доступности для пожилых респондентов показало очень высокий уровень дезинтеграции в их потребностно-мотивационной сфере, что, в

свою очередь, отражает низкий уровень самореализации личности и ее интегрированности.

#### Второе исследование

Второй этап исследования проводился на тех же респондентов через 1,5 года после начала их обучения. Основным показателем дезинтеграции в ценностно-мотивационной сфере - индекс расхождения «Ценность - Доступность» в этом случае составлял 29 баллов и свидетельствует о низком уровне дезинтеграции. б Графически индекс расхождения «Ценность - Доступность» для этого этапа исследования представлен на рис. 3.

На диаграмме двумя пунктирными линиями обозначена нейтральная зона, зона в которой «желаемое» и реальное» совпадают. Из рисунка следует, что основная часть ценностей попадает именно в эту область. Размер этой области составляет 60% от индекса расхождения.

В зоне внутреннего конфликта (столбики диаграммы «вверх» от нейтральной зоны) находится единственная недостижимая ценность - «здоровье». В условиях современных реформ в сфере здравоохранения,



когда все большее количество медицинских услуг становится платными и порою недостижимыми для пенсионеров присутствие данной ценности в зоне внутреннего конфликта вполне закономерно. Своими собственными усилиями пенсионеры не в состоянии преодолеть расхождение в ценности и доступности здоровья.

В зоне внутреннего вакуума (столбики диаграммы «вниз» от нейтральной зоны) находится счастливая семейная жизнь, что отражает тот факт, что данная ценность не является актуальной на момент исследования. Присутствие ценности счастливой семейной жизни в зоне внутреннего вакуума, на наш взгляд, отражает факт возникновения ненормативного семейного конфликта в семьях обучающихся. Не все члены семьи положительно восприняли обучение и личностный рост прародителей и родителей. Некоторые члены семей обучающихся негативно восприняли новые роли своих родных и смещение их фокуса внимания с выполнения рутинных домашних обязанностей на посещение занятий, написание конспектов, курсовых, посещение библиотек и пр.

Однако, несмотря на наличие зоны внутреннего конфликта и внутреннего вакуума, степень интеграции ценностно-смысловой сферы пожилых обучающихся значимо возросла, ушло рассогласование между

хочу и могу, что отражает возрастание уверенности в собственных возможностях достижения желаемого.

### Выводы

Студенты «третьего возраста» на момент второго этапа исследования проучились три семестра, за их спиной были уже три успешно сданные сессии, защищено две курсовые работы. Постоянный мониторинг их когнитивных функций и эмоциональных состояний показал, что значимые изменения в эмоциональной сфере фиксировались уже в течение первого семестра обучения по программе [1,3,5], а когнитивные изменения появились только к концу первого года обучения [2,4]. Изменения в ценностно-смысловой сфере стали заметными через более длительное время, что вполне закономерно, так как эта сфера является достаточно устойчивым личностным образованием и для ее трансформации необходимо не только изменение социальной ситуации жизнедеятельности, но и длительное время. Тем не менее, проведенное исследование показало, что такая трансформация возможна и при определенных условиях (в нашем исследовании это была ситуация обучения) она является «положительной» для личности и приводит к повышению уровня ее самореализации и интеграции.

### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Беловол Е.В., Бойко З.В., Радьш И.В., Шурупова Е.Ю. Влияние образования в третьем возрасте на эффективность социального взаимодействия // Гуманітарний вісник ДВНЗ "Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди" - Додаток 2 до Вип. 35, Том І(13): Тематичний випуск "Міжнародні Челпанівські психолого-педагогічні читання". Київ : Гнозис, 2015, С. 75-83.
2. Беловол Е.В., Бойко З.В., Радьш И.В., Шурупова Е.Ю. Возможно ли остановить когнитивное старение: изменение эффективности

- когнитивных процессов как результат обучения в вузе (программа обучения лиц «третьего возраста») // Гуманітарний вісник ДВНЗ “Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди”- Додаток 1 до Вип. 36, Том V(65): Тематичний випуск “Віща освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору”, Україна, Київ, Гнозис, 2015, С. 62-71.
3. Беловол Е.В., Бойко З.В., Радыш И.В., Шурупова Е.Ю. Образование как способ повышения рефлексии в межличностной коммуникации в пожилом возрасте // Технологии живых систем. 2015. №3, Т. 12. С. 29-32.
  4. Беловол Е.В., Бойко З.В., Шурупова Е.Ю. Когнитивное старение: реальность или влияние «третьих переменных»: часть I. Время реакции // Гуманітарний вісник ДВНЗ “Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди”- Додаток 1 до Вип. 5, Том IV(55): Тематичний випуск “Віща освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору”, Україна, Київ, Гнозис, 2014, С. 22-35.
  5. Бойко З.В., Беловол Е.В., Радыш И.В. Особенности влияния образовательной активности в «третьем возрасте» на здоровье и психологическое благополучие личности // Гуманітарний вісник ДВНЗ “Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди”- Додаток 1 до Вип. 5, Том V(56): Тематичний випуск “Віща освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору”, Україна, Київ, Гнозис, 2014, С. 84-93.
  6. Фанталова Е.Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта. – Самара: Бахрах –М, 2001. 201 с.
  7. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. 368 с.

### ТРАНСЛИТЕРАЦІЯ ІСПОЛЬЗОВАНИХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Belovol E. V., Boyko Z. V., Radysh I. V., Shurupova E. Yu., Vlijanie obrazovaniya v tret' em vozraste na jeffektivnost' social' nogo vzaimodejstviya [Effect of education in third age on social interaction efficiency] // Gumanitarnij visnik DVNZ “Perejaslav-Hmel' nic'kij derzhavnij pedagogichnij universitet imeni Grigorija Skovorodi”- Dodatok 2 do Vip. 35, Tom I(13): Tematichnij vipusk “Mizhnarodni Chelpanivs'ki psihologo-pedagogichni chitannja”, Ukraina, Kiev, Gnozis, 2015, S. 75-83. [Humanitarian Bulletin SU “Pereyaslav-Khmelnitsky Pedagogical University by H. Skovoroda” Supplement 2 to Vol. 35, Volume I(13): Thematic Issue “International Chelpanov's Psycho-Educational Reading” K., Gnosis, 2015. P. 75-83].
2. Belovol E. V., Boyko Z. V., Radysh I. V., Shurupova E. Ju. Vozmozhno li ustanovit' kognitivnoe starenie: izmenenie jeffektivnosti kognitivnyh processov kak rezul' tat obuchenija v vuze (programma obuchenija lic «tret' ego vozrasta») // Gumanitarnij visnik DVNZ “Perejaslav-Hmel' nic'kij derzhavnij pedagogichnij universitet imeni Grigorija Skovorodi”- Dodatok 1 do Vip. 36, Tom V(65): Tematichnij vipusk “Vishha osvita Ukraïni u konteksti integracii do evropejs'kogo osvitr'ogo



- prostoru", *Ukraina, Kiev, Gnosis*, 2015, S. 62-71.
3. Belovol E.V., Boyko Z.V., Radysh I.V., Shurupova E.Ju. *Obrazovanie kak sposob povysheniya refleksii v mezhluchnostnoj kommunikacii v pozhilom vozraste* // *Tehnologii zhivoyh sistem*. 2015. №3, T. 12. S. 29-32.
  4. Belovol E.V., Boyko Z.V., Shurupova E.Yu., *Kognitivnoe starenie: real'nost' ili vliyanie «tret'ih peremennykh»: chast' I. Vremya reakcii* [Cognitive aging: the reality or the impact of "third variables": part I. reaction Time] // *Gumanitarnij visnik DVNZ "Perejaslav-Hmel'nic'kij derzhavnij pedagogichnij universitet imeni Grigorija Skovorodi"- Dodatok 1 do Vip. 5, Tom IV(55): Tematichnij vipusk "Vishha osvita Ukraïni u konteksti integracii do evropejs'kogo osvitr'ogo prostoru"*, *Ukraina, Kiev, Gnosis*, 2014, S. 22-35. [Humanitarian Bulletin SU "Perejaslav-Khmel'nitsky Pedagogical University by H. Skovoroda" Supplement 1 to Vol. 5, Volume IV(55): Thematic Issue "Higher Education in Ukrain in the context of integration into the European educational space." K., Gnosis, 2014. P. 22-35].
  5. Boyko Z.V., Belovol E.V., I.V. Radysh, *Osobennosti vlijanija obrazovatel'noj aktivnosti v «tret'em vozraste» na zdorov'e i psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti* [Features of influence of educational activity in the "third age" the health and psychological well-being personality] // *Gumanitarnij visnik DVNZ "Perejaslav-Hmel'nic'kij derzhavnij pedagogichnij universitet imeni Grigorija Skovorodi"- Dodatok 1 do Vip. 5, Tom V(56): Tematichnij vipusk "Vishha osvita Ukraïni u konteksti integracii do evropejs'kogo osvitr'ogo prostoru"*, *Ukraina, Kiev, Gnosis*, 2014, S. 84-93. [Humanitarian Bulletin SU "Perejaslav-Khmel'nitsky Pedagogical University by H. Skovoroda" Supplement 1 to Vol. 5, Volume V(56): Thematic Issue "Higher Education in Ukrain in the context of integration into the European educational space." K., Gnosis, 2015. P. 84-93].
  6. Fantalova E.B. *Diagnostika i psihoterapija vnutrennego konflikta*. – Samara: Bahrah –M, 2001. 201 s.
  7. Frankl V. *Chelovek v poiskah smysla*. M.: Progress, 1990. 368 s.